



Winterzauber mit den Nilpferden am Kofelder Hang

Saukalt war es am Freitagnachmittag. Dennoch hatten die Nilpferde sichtlich Spaß beim Schlittenfahren und Schlauchrutschen. Wegen der Kälte war die Piste etwas vereist, so daß die Schnee(nil)pferdchen mit Schmakes den Hang hinunter sausten. Danach wärmten sie sich im Haus der Freude mit heißem Tee und Spekulatien.



Klangschalen - Meditation

Am Mittwoch d. 20.1. trafen sich 16 Neugierige um sich von Karin Kanz in die Welt der Klänge und Töne entführen zu lassen. Jeder brachte seine Klangschale zum Klingen und spürte den Tönen und Schwingungen nach. Dieses meditative in sich horchen entspannte Geist und Körper. Ein sehr schönes Gefühl. Am 3.2. ist nochmals ein Kurs. Wenn sich mehrere Neugierige dafür begeistern lassen, möchte Karin Kanz sie ca 1x im Monat (Montag o. Dienstag) mit Klangschalen in sich selbst versinken lassen.

